

## PRZEPISY FIT&EASY



### GREEN DAY – ZIELONY SOK NA PŁASKI BRZUCH I PIĘKNĄ SKÓRĘ

#### Przygotowanie:

Ogórki, seler i cytrynę przepuść przez sokowirówkę, wlej sok do blendera i dodaj Szpinak Fit&Easy i bazylię. Zblenduj wszystko do perfekcji i pij świeży... Jeśli zostanie wlej resztę do szklanej butelki lub słoika. Taki sok można trzymać w lodówce do 2 dni, cytryna jest naturalnym konserwantem.

#### Składniki:

2 filiżanki Szpinaku Fit&Easy  
3-4 ogórki zielone świeże  
7-10 łydyg selera naciowego  
1 cytryna  
Garść świeżej bazylii